

# 新型冠状病毒 (COVID-19)

## 1. 什么是冠状病毒？

冠状病毒是一个大型病毒家族。其中的许多种会感染动物，但一些来自动物的冠状病毒可以进化（变）成一种新型的人类冠状病毒，并且可以在人与人之间传播。这就是新型冠状病毒SARS-CoV-2目前的最新情况，它会导致一种被称为COVID-19的疾病。冠状病毒引起的疾病通常会引发轻度到中度的疾病，比如普通感冒。有些病毒，如SARS或MERS病毒，会引起肺炎等严重的感染性疾病。



## 2. 冠状病毒如何传播？

与流行性感冒等其他呼吸道疾病一样，人类冠状病毒最常见的传播途径是：

- 通过咳嗽和打喷嚏产生的飞沫
- 近距离接触，例如照顾感染者
- 接触带有病毒的物体或表面，然后在洗手之前触碰你的嘴、鼻子或眼睛

我们每天都在了解更多病毒传播的途径，以及病毒潜伏期有多长，我们将通知你有关此病毒的最新信息。

请不要假设某个种族或国籍的人士更有可能患COVID-19；这种新病毒感染了全世界许多不同种族和国籍的民众。

## 3. COVID-19的症状有哪些？

已报告的疾病患者症状从轻微到病情严重不等，有的患者需要住院，甚至最终死亡。

症状包括：

- 发烧
- 咳嗽
- 呼吸困难
- 严重疾病

### 关键点

- 冠状病毒可以通过亲密接触或接触带有病毒的物体或表面来传播。
- 使用预防其他呼吸道感染疾病的预防措施来预防感染新型冠状病毒。
- 公共卫生局正在努力采取措施，以防止冠状病毒在洛杉矶郡的传播。
- 如果你有其他问题，请拨打电话：211。

### 欲了解更多信息：

洛杉矶郡公共卫生局

拨打：211

<http://publichealth.lacounty.gov/media/Coronavirus/>

美国疾病预防控制中心 (CDC)

<http://www.cdc.gov/coronavirus/novel-coronavirus-2019.html>

世界卫生组织 (WHO)

<https://www.who.int/health-topics/coronavirus>

# 新型冠状病毒 (COVID-19)

## 4. 如果我有这些症状，并且最近去过一个受影响的国家，我应该怎么做？

来自其他国家的证据表明，该病毒像流感一样，大多数人会出现轻微症状，你发烧后应该留在家至少24小时。某些特定人群应该早点打电话给医生，其中包括老年人，孕妇，免疫系统受损的人或拥有潜在健康问题的人士。如果你有呼吸困难或出现呕吐的症状，请前往急诊室或拨打911，或者最好先打电话给你的医生，然后再去就医。

如果你曾与患有COVID-19的人士有过密切接触，你也应该打电话给医生。请访问疾病控制中心(CDC)网站，获取最新受COVID-19影响最严重的国家名单：

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/travelers/index.html>

## 5. 我可否进行冠状病毒检测？

如果你没有出现所述症状，检测将毫无帮助。然而，如果你出现轻微的症状，大多数人休息后会好，所以没有必要去看医生。如果你出现呼吸困难或出现呕吐的症状，请前去就医或拨打911。某些特定群体，如老年人，免疫力受损或有潜在疾病的患者，应尽早向医生求诊。如果你有轻微的症状，可能没有必要前往医疗设施就医。如果你有任何问题，请在去医院前打电话给诊所或你的医生。

## 6. 如何治疗新型冠状病毒？

目前还没有专门治疗该新型冠状病毒所引起疾病的方法。然而，许多症状都是可以治愈的。治疗方法将根据病人的情况而定。

目前没有预防新型冠状病毒的疫苗。请警惕那些虚假宣传可以预防或治疗这种新型感染疾病的欺诈性产品。

## 7. 冠状病毒正在美国传播吗？

在美国已经发现了几个没有去过受影响国家的确诊病例。这表明在美国存在着社区传播，并且这种传播可能会继续下去。

## 8. 当我旅行时如何保护自己？

目前，疾病控制与预防中心(CDC)建议人们避免前往受2019冠状病毒病影响最严重的国家进行一切非必要的旅行。请查询CDC COVID-19 旅游信息网页：<https://www.CDC.gov/coronavirus/2019-ncov/travelers/index.html>，获取最新建议。请采取措施防止呼吸道感染性疾病（如流感）的传播，这也将有助于预防感染冠状病毒。在旅行前请咨询你的医生，确保你已经接种了针对目的地的疫苗和药物，以保证你的健康。

# 新型冠状病毒 (COVID-19)

## 9. 对于来自中国和伊朗的旅行者，联邦政府正在采取哪些行动？

由于COVID-19在中国大陆和伊朗的爆发，白宫颁布了以下旅行指令：

- 限制所有在过去14天内在中国和伊朗旅行过或在中国和伊朗停留过的外国人进入美国。这项命令每14天可由总统重新更新一次。
- 要求所有从中国返回的美国公民及其直系亲属从美国境内的11个机场（包括洛杉矶国际机场 (LAX)）中的一个机场入境，在那里他们将接受美国海关和边境保护局人员的检查。
  - 如果旅行者出现呼吸道疾病的迹象，他们将被送往医疗卫生机构进行进一步的检测。
  - 如果旅行者在过去的14天内的任何时间曾在湖北省停留过，他们将被隔离在一个安全的地点，并从最后一次接触后开始起算的14天内监测旅行者病情。
  - 如果旅行者从中国其他地区返回美国，并与新型冠状病毒确诊病例有过近距离接触，他们可能也要接受隔离检疫，且隔离期为14天。
  - 如果旅行者从中国其他地区返回美国，且没有与新型冠状病毒确诊病例有过近距离接触，他们将被允许前往最终目的地，在那里他们将受到当地公共卫生局的监测，并要求他们自最后一次外出起的14天内留在家中，避免进入公共场所。

## 10. 联邦政府对来自其他受影响国家的旅行者采取了哪些措施？

CDC建议，任何来自爆发COVID-19的其他国家的旅行者，如果在离开该国后的14天内出现发烧、咳嗽或呼吸困难，应该打电话给他们的医生并进行自我隔离（生病时避免与他人接触，不要乘坐公共交通工具）。

## 11. 公共卫生局将如何监测自我隔离的旅行者？

按照新版的旅游指南，公共卫生局将定期监测潜在病例，看他们是否出现任何症状或发烧的状况。这与我们治疗其他传染病（如麻疹）的流程相同。公共卫生局还将在接触者最后一次接触时间之后的14天内对其进行监测，在此之后，若一切正常，他们就不再拥有患COVID-19的风险。

# 新型冠状病毒 (COVID-19)

## 12. 我可以做些什么来保护自己 and 他人免受像2019-nCoV这样的呼吸道感染疾病的侵害？

与其他呼吸系统疾病一样，每个人每天都可以采取一些措施来降低患病或将循环病毒传染给他人的风险。

你应该：

- **生病时留在家中。**
- 经常用肥皂和水洗手（至少20秒），尤其是在去完洗手间后；吃东西之前；在擤鼻涕，咳嗽或打喷嚏后。
- 如果没有现成的肥皂和水，请使用含至少60%酒精的酒精洗手液。如果你的手很脏，请一定要用肥皂和水洗手。
- 避免用未经洗净的手触摸眼睛，鼻子和嘴巴。
- 限制与病人的近距离接触，如接吻和共用杯子或餐具。
- 使用常用的家庭清洁喷雾或湿巾清洁和消毒经常接触的物体和表面。
- 请用纸巾遮住咳嗽或打喷嚏，然后把用过的纸巾扔进垃圾桶。如果你没有纸巾，请用你的袖子（而不是你的手）。
- 如果你本季没有注射流感疫苗，你可以注射疫苗预防流感。

## 13. 我应该戴口罩吗？

除非医疗专业人士建议，否则不建议那些身体健康的人戴口罩来保护自己免受COVID-19的侵害。出现患病症状的COVID-19患者应使用口罩，以保护他人免受感染。卫生医疗工作者和其他在近距离环境中照顾COVID-19感染者的人士应戴上口罩。

## 14. 学校或企业/公司可能会关闭吗？

如果 COVID-19 正在通过某个社区广泛传播，可能有必要建议学校或企业/公司关闭，以帮助防止疾病的传播。公共卫生局正在鼓励所有组织和学校审核和更新其应急方案，并考虑在必须暂时减少现场工作的情况下继续提供重要服务的方法。与你孩子的学校或托儿所沟通，了解他们的紧急方案，并提前为可能需要的替代照看孩子的事宜做好准备。另外，你也要和雇主交流，了解如果你所在的工作场所关闭或降低需要的在场员工数量，你可能需要做的事。

# 新型冠状病毒 (COVID-19)

## 15. 如果我对COVID-19感到有压力，我该怎么办？

即使疫情距离你所在居住地区很远，并且你患病的风险也很低，但当你听到，阅读或观看有关传染病爆发的新闻时，感到焦虑并表现出压力的迹象是很正常的。关心自己的身心健康是很重要的。若你需要了解你能做些什么来帮助自己应对该病毒，请阅读公共卫生局网站上的“应对传染病爆发期间的压力”一文。如需其他帮助，请拨打洛杉矶郡心理健康咨询中心全天候热线：(800) 854-7771 或拨打电话：2-1-1。

## 16. 我还可以做哪些事？

- 如果你还没有医疗服务提供者，请找寻一家合适的。
- 更新应急包，包括食物，水和供应品，以备需要自我隔离时可以足够使用几天。虽然这是不太可能发生的，但重要的是要做好准备，就像你会为任何其他紧急情况准备的一样。
- 继续鼓励我们社区的所有居民创造一个友好的环境。
- 坚持查看可靠的信息来源，以获取有关新型冠状病毒的最新发布的准确信息。
  - 洛杉矶郡公共卫生局（LACDPH，郡级机构）
    - <http://publichealth.lacounty.gov/media/Coronavirus/>
  - 加州公共卫生局（CDPH，州级机构）
    - <https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/Immunization/nCOV2019.aspx>
  - 疾病预防控制中心（CDC，国家级机构）
    - <http://www.cdc.gov/coronavirus/novel-coronavirus-2019.html>
  - 世界卫生组织（WHO，国际性组织）
    - <https://www.who.int/health-topics/coronavirus>

如果你有任何问题，并且想和他人交流，请致电 2-1-1。